KRIYA-yog
क्रिया योग

Kriya Yog, called as YOGA OF ACTION, is the basic guideline the beginners to Yog who are willing to achieve the self by Trance. It is root mean for removal of afflictions i.e. Nescience and its products and to achieve the trance.

किसी भी आरम्भिक योगसाधक, जो समाधि का प्राप्त करना चाहता है, के क्रिया योग ही आधार है। जिन व्यक्ति का चित्त विक्षिप्त अवस्था वाला है, वे कैसे योग में प्रवेश करें? इस प्रश्न के उत्तर में क्रिया योग का विधान किया गया है। क्रिया योग से अविद्यादि क्लेशों का नाश होता है और समाधि की प्राप्ति होती है।

It consists of three activites namely :-

1. Purficatory Action *(=Tapa)* – austerity;
2. Study *(=Swadhyaya)* – Study of books explaining salvation i.e the process of detachment of soul from matter and Study of Self and / or God.
3. *Surrender to GOD (=Ishwar-pranidhan).*

क्रिया योग के तीन अंग हैं — तप, स्वाध्याय और ईश्वर प्रणिधान।

Purificatory Action consists in the endurance of the pairs of opposites, which are termed as heat and cold, pain and pleasure, desire to eat and drink, willingness to respect and unwillingness to have disrespect, profit and loss etc. The basic purpose of such controls is to achieve TRUTH and Non-Violence.

तप का अर्थ है द्वन्द्वों यथा भूख-प्यास, सर्दी-गर्मी, स्थान-आसन, सुख-दुःख, मान-अपमान आदि का सहन करना। इन सभी द्वन्द्वों का सहन करना भी सत्य और अहिंसा के परिपालन हेतु ही होता है।

Study is the reading of books containing science of liberation and repetition of the GOD's Name "AUM". (The science of liberation is well explained in the Vedic-Literature. The books of Vedic-Literature is given our publication named "Vedic Dharam Granth Parichay" and same is given on this site in the heading "Our Books" and is free downloadable.)
स्वाध्याय का अर्थ है — मोक्षशास्त्रों का अध्ययन तथा परमात्मा के नाम ओ३म् का जप करना है। मोक्ष प्राप्ति के विज्ञान का वेद और वेदानुकूल शास्त्रों में विस्तार से वर्णन किया गया है। इन ग्रन्थों का परिचय हमारी पुस्तक "वैदिक धर्म ग्रन्थ परिचय" में दिया गया है। यह पुस्तक हमारी इसी साईट पर "Our Books" के अन्तर्गत उपलब्ध है, तथा आप इसे Free Download कर सकते हैं।

Surrender to God is making of God as the motive of all actions. It means the doing of all actions to fulfill the purpose of that Supreme Soul who is the Great Teacher. It is with reference to this state that the following has been said – "lying down on a bed or seated or wandering along a road, even given to Yoga, with the network of sins to be restrained, removed, conscious of destructions of the seed of repeated births, he shares the joys of immortality."
ईश्वर प्रणिधान का अभिप्राय है कि ईश्वर को ही अपनी सभी क्रियाओं का साक्षी बनाना। अर्थात् "पुरुष अपनी सभी क्रियाओं को परम गुरु परमात्मा को समर्पित कर देवे तथा उसके फल की चाहना को भी त्याग देवे"। ईश्वर प्रणिधान के विषय में व्यासभाष्य में कहा है — योगी पुरुष ईश्वर प्रणिधान द्वारा शय्या वा आसन पर स्थित हुआ और मार्ग में चलता हुआ और स्वरूप में स्थित = आत्मनिष्ठ हुआ समस्त वितर्कों से रहित हुआ, संसार के बीज अविद्यादि क्लेशों तथा उसके संस्कारों का नाश करता हुआ नित्यमुक्त और अमृत को प्राप्त करने वाला होता है।